

# Panadería

## Mexicana Tradicional

Empanadas  
de...

- Arroz
- Carne
- Piña
- Camarón
- Coco  
y más...



**Sabrosas**  
**EMPANADAS**  
**dulces y saladas**



www.radareditores.com

# Contenido

20



16



- 2 Carta Editorial
- 4 Pasta base para empanadas
- 5 Tips
- 6 Glosario
- 7 Tecnología de los alimentos
- 8 Empanadas Santa Rita
- 10 Empanadas de arroz

8



- 12 Empanadas de betabel
- 14 Empanadas de piña
- 16 Empanadas de camarón
- 18 Empanadas de calabaza
- 20 Empanadas de almuerzo
- 22 Empanadas de coco
- 24 Tabla de equivalencias



22





# Pasta base para *(Masa para 12 piezas)* empanadas

## Ingredientes:

- 250 gr de harina
- 2 pizcas de sal
- 2 pizcas de azúcar
- 65 gr de mantequilla
- 65 gr de margarina
- 50 ml de agua
- 1 huevo

## Manera de preparar:

1. **Realiza** un arenado con la harina, la sal, el azúcar, la mantequilla y la margarina; mezcla perfectamente hasta lograr una consistencia homogénea.
2. **Agrega** el agua y el huevo. Integra en forma envolvente.
3. **Compacta** al final con las manos, procura no amasar para evitar que se endurezca.





## tips



Antes de comenzar a hornear las empanadas, enciende el horno 20 minutos con la temperatura ligeramente más alta de la requerida; enseguida, introduce las charolas y baja a la temperatura adecuada.

Si notas que el horno está quemando demasiado, puedes colocarle doble charola a las empanadas.

Durante la cocción, gira la charola con las empanadas a los 10 minutos de haberla introducido al horno para obtener una cocción y color más uniforme. Repite la operación las veces necesarias.

Si notas que las empanadas tardan más en cocerse del tiempo normal, aumenta un poco la temperatura, de lo contrario se secarán.



Procura no cocer empanadas de diferentes tamaños en una sola charola, porque la cocción no será pareja.

Vigila que no haya corrientes de aire al momento de hornear, ya que la flama puede moverse y el pan no se cocerá uniforme por adentro.

Cuando retires una charola del horno, no la coloques sobre la estufa o el horno porque el calor de los mismos secará las empanadas. Déjala enfriar en un lugar fresco.





## Glosario *de términos*

**ARENADO:** frotar ingredientes secos con materia grasa hasta obtener granulitos.

**BARNIZAR:** untar o pintar con huevo algún producto para pegar o dar brillo.

**ENHARINAR:** esparcir o repartir harina, principalmente sobre una mesa, para extender alguna pasta y que no se pegue.

**FUENTE:** formar un aro con la harina dejando libre el centro para colocar más ingredientes.

**HOMOGÉNEO:** obtener una preparación o mezcla integrada en su totalidad, en la que se aprecie que su aspecto y textura sean los mismos en toda la preparación.

**INTEGRAR:** mezclar entre sí uno o más ingredientes.

**MEZCLAR:** integrar entre sí uno o más ingredientes.

**SELLAR:** cerrar haciendo presión para evitar que se abra posteriormente.



# Tecnología de los alimentos

**LA HARINA DE TRIGO** como ingrediente esencial de nuestros panes tiene una característica importante llamada proteína. Cuando comenzamos el amasado y agregamos agua se transforma en Gluten, quien le dará la capacidad de elasticidad a la masa; así mismo atrapa el gas producido durante la fermentación aumentando su volumen.

El grano de trigo es sometido a un proceso de molienda y refinamiento para obtener harina.

Al llegar el grano de trigo al molino:

1. **Se libera** de suciedad e impurezas hasta que los granos quedan totalmente limpios.
2. **Se pasa nuevamente** entre 2 rodillos llamados trituradores para quebrarlo y dejar descubierto al endospermo de color blanco y harinoso.
3. **Continúa pasando el trigo** por una serie de rodillos para obtener un mejor refinamiento, al mismo tiempo que se va cerniendo para así llegar hasta el tipo de harina deseado.
4. **La parte** que se le ha retirado como cascarrilla la conocemos como salvado.
5. **La harina integral** resulta de haber molido el grano de trigo entero.

Recuerda que la harina debe de ser almacenada en un lugar seco y sin humedad. Evita dejarla en el suelo y revisala antes de utilizarla, ya que debe estar libre de palomilla, telaraña o cualquier cosa extraña.

Un harina en buen estado es insabora, inolora e incolora.

**LA LEVADURA** tiene la función de provocar el crecimiento y la formación de la porosidad en un pan. Al proceso de crecimiento se le llama fermentación: la levadura convierte los azúcares en gases. Esto no sería posible sin la presencia de líquido y una temperatura tibia de 37°C.

Cuidados durante la fermentación.

1. **Evitar** corrientes de aire.
2. **No golpear** la charola con el pan cuando ya está creciendo.
3. **Si cuentas** con una fermentadora utilízala. De lo contrario, calienta una olla con agua y al sollar el hervor baja la flama y déjala hirviendo.

do. La humedad del calor servirá para que la masa comience a fermentar. Las levaduras más utilizadas son:

**Levadura fresca:** Se deberá mantener en refrigeración ya que su durabilidad es muy corta. Para utilizarla disuélvela en agua tibia.

**Levadura en polvo instantánea:** Se reparte en la harina. Cuando adquieras un paquete de esta levadura verifica que esté cerrado al alto vacío. Al momento de que la abras comenzará su proceso de envejecimiento, por lo que se recomienda guardarla en un frasco de vidrio y tapado dentro del refrigerador.

La levadura dura hasta 1 año, mientras tanto deberá tener un olor suave. Si notas que esto se intensifica y se torna a un olor de pescado seco es muy probable que ya no sirva, así que deséchala.

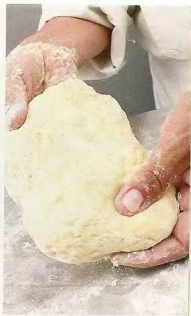
**LA SAL** es un ingrediente básico en la elaboración de pan: regula la fermentación, acentúa los sabores, da estabilidad a la miga y ayuda a la conservación del pan.

**EL AZÚCAR** es el alimento principal de la levadura, acelera la fermentación, acentúa sabores y proporciona color a la corteza durante el horneado por la caramelización. La podemos encontrar como azúcar refinada, azúcar mascabado, miel, melaza, etc.

**LOS HUEVOS** aportan humedad a la masa, crecimiento y desarrollo de la miga, sabor y suavidad. Es necesario que verifiques la frescura del huevo.

**LAS MATERIAS GRASAS** aportan humedad, suavidad y sabor. Entre mayor cantidad de ésta, mayor será la suavidad del pan. Entre las más utilizadas están: mantequillas y mantecas de origen animal, margarinas, mantecas y aceites de origen vegetal. Se recomienda mantener las materias grasas, excepto el aceite, en refrigeración y tapadas para evitar que absorban olores y sabores, así como que se contaminen.

Al momento de utilizarlas deberán de estar a temperatura ambiente para su correcta integración.





# Empanadas de *Santa Rita*

Rinde 25 piezas





**Ingredientes:****Para la pasta:**

- 4 tazas de harina
- 1 cucharadita de sal
- 1 cucharadita de azúcar
- 3 cucharaditas de polvo para hornear
- 2 huevos
- 4 cucharadas de manteca
- 1 cucharada de tequesquite en polvo
- 1/2 taza de agua

**Para el relleno:**

- 1/4 de taza de aceite
- 1 cucharada de cebolla finamente picada
- 500 gr de carne molida
- 250 gr de papas precocidas, en cubitos
- 100 gr de chicharitos de cambray precocidos
- 100 gr de pasas
- 1 pizca de sal
- 1 pizca de canela en polvo
- 1 pizca de pimienta en polvo
- 1 pizca de clavo en polvo
- 1 copita de vino dulce

**Para el acabado**

- Acéite para freír
- Harina para extender
- 1 huevo batido

**Equipo**

- 1 cortador de 12 cm de diámetro
- Rodillo
- 1 brocha angosta
- 1 cacerola honda



**Tip**  
Las empanadas  
deben quedar bien elevadas  
(infladas).

**Manera de preparar:**

1. **Para** la pasta cierne la harina, la sal, el azúcar y el polvo para hornear. Enseguida, forma una fuente.
2. **Coloca** al centro los huevos, la manteca y el tequesquite previamente disuelto en el agua.
3. **Incorpora** todos los ingredientes hasta obtener una pasta maleable. Déjala reposar en un lugar fresco y seco.
4. **Para** el relleno, calienta el aceite y fríe la cebolla junto con la carne; agrega las verduras y las pasas; mezcla perfectamente. Condimenta con la sal, la canela, la pimienta y el clavo.
5. **Vierte** el vino y deja hervir 2 minutos más. Retira del fuego y deja enfriar. Reserva.
6. **Espolvorea** la harina sobre una mesa limpia y extiende la pasta hasta obtener 3 mm de grosor. Corta los círculos y extiéndelos hasta lograr óvalos.
7. **Agrégalas** al centro una cucharada del relleno, dóblalas, presiona con los dedos para sellarlas perfectamente y úntales ligeramente huevo batido.
8. **Fríelas** en abundante aceite y escúrrelas sobre una rejilla de aluminio.



### Ingredientes:

#### Para el relleno:

- 1 taza de arroz limpio
- 1 taza de agua
- 1 taza de leche
- 1 raja de canela
- $\frac{3}{4}$  de taza de azúcar

#### Para la pasta

- 250 gr de harina
- 1 pizca de sal
- 1 pizca de azúcar
- 65 gr de manteca
- 50 ml de agua
- 1 huevo

#### Para el acabado

- Harina para extender
- 1 huevo
- 1 cucharada de margarina
- 1 taza de azúcar

### Equipo

- 1 cortador metálico de 12 cm de diámetro
- Rodillo
- 1 brocha angosta
- Charola de aluminio



### Manera de preparar:

1. **Cuece** todos los ingredientes para el relleno, a fuego medio, durante 30 minutos o hasta que el arroz esté suave y el líquido casi se haya consumido. Deja enfriar y reserva.
2. **Elabora** la pasta siguiendo los pasos de la página 4; en esta ocasión utiliza los ingredientes arriba mencionados.
3. **Espolvorea** harina sobre la mesa limpia y extiende la pasta hasta obtener 3 mm de grosor.

4. **Corta** los círculos y extiéndelos hasta lograr óvalos.
5. **Agregales** al centro una cucharada del relleno, úntales ligeramente huevo por todo el contorno, dóblalas y presiona con los dedos para sellarlas perfectamente.
6. **Colócalas** sobre la charola previamente enharinada y engrasada, cuida la distribución.
7. **Hornea** a 180°C durante 25 minutos. Retíralas del horno y revuélcalas en azúcar.

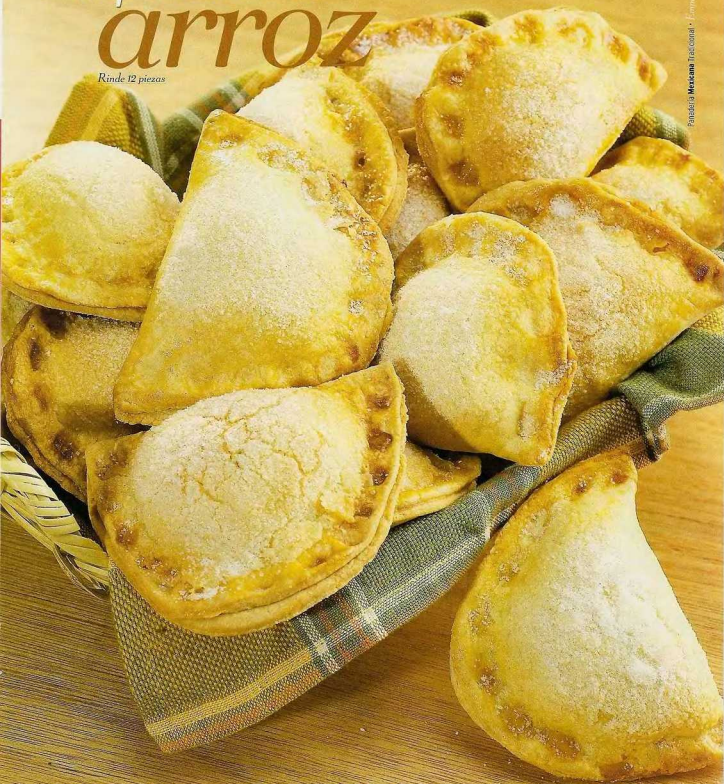
### Tip

Junta la pasta sobrante del corte de los círculos, amásala y vuelve a extender para lograr más círculos.

# Empanadas de arroz

Rinde 12 piezas

Panadería Mexicana Tradicional • Empanadas



# Empanadas de betabel

Rinde 6 piezas

## Ingredientes:

- |   |                                      |
|---|--------------------------------------|
| 1 cucharada de mantequilla                | 1 taza de granos de elote            |
| 1 cucharada de aceite                     | Sal y pimienta al gusto              |
| 1/2 pieza de cebolla picada               | 250 gr de queso deshebrado           |
| 1 diente de ajo picado                    | 3 cucharadas de perejil              |
| 1 betabel chico pelado y cortado en cubos | 1/2 taza de epazote finamente picado |
|   | 200 gr de masa de maíz               |



*Vip*  
Si deseas un sabor diferente,  
revuelca las empanadas  
en azúcar.

## Manera de preparar:

1. **Calienta** la mantequilla junto con el aceite y fríe la cebolla con el ajo.
2. **Agrega** el betabel y el elote; salpimienta.
3. **Cocina** tapado y a fuego lento durante 15 minutos. Retira del fuego e incorpora el queso, el perejil y el epazote. Mezcla y deja enfriar.
4. **Suaviza** la masa, si es necesario agrégale un poco de agua.
5. **Forma** bolitas del tamaño de un limón, colócalas entre dos plásticos y extiende hasta lograr varias tortillas delgadas. Es importante que entre cada tortilla retires los plásticos con cuidado.
6. **Agrégales** al centro una cucharada del relleno, dóblalas y presiona las orillas para sellarlas perfectamente.
7. **Fríelas** en abundante aceite por ambos lados y escúrrelas sobre una rejilla de aluminio.







# Empanadas de piña

Rinde 6 piezas





### Ingredientes:

#### Para la pasta:

- 150 gr de harina
- 1 pizca de sal
- 1 1/2 cucharada de azúcar
- 70 gr de mantequilla
- 1 huevo
- 1/2 limón (el jugo y la ralladura)

#### Para el relleno:

- 1/2 kilo de puré de piña
- 1/2 taza de azúcar
- 1 raja de canela
- 1 cucharada de fécula de maíz
- 1 cucharada de ralladura de naranja

#### Para el acabado:

- Harina para extender
- 1 huevo para barnizar
- Mantequilla
- Azúcar para espolvorear

### Equipo

- 1 cacerola
- Rodillo
- Carretilla para pizza
- 1 brocha angosta
- Charola de aluminio



### Vip

Si lo prefieres,  
puedes sustituir el relleno de piña  
por de manzana.

### Manera de preparar:

1. **Realiza** la pasta siguiendo el proceso de la página 4; utiliza los ingredientes de esta receta.
2. **Cocina** los ingredientes del relleno a fuego lento y sin dejar de mover. Cuando espese, cocina 3 minutos más. Retira del fuego y deja enfriar.
3. **Espolvorea** la harina sobre una mesa limpia y extiende la pasta de 20 x 30 cm y de 3 mm de grosor.
4. **Corta** 6 cuadrados de 10 x 10 cm y barnízales el contorno con huevo.
5. **Calicales** al centro el relleno, ciérralos en forma triangular y sella por las orillas perfectamente.
6. **Coloca** las epanpanadas sobre la charola previamente engrasada y enharinada; cuida la distribución.
7. **Barniza** la superficie nuevamente con huevo y hornéalas a 180°C durante 25 minutos.
8. **Retíralas** de la charola y revuélcalas en el azúcar.

# Empanadas de



## Ingredientes:

Pasta base

## Para el relleno:

- 2 cucharadas de aceite
- 1 cebolla mediana finamente picada
- 3 chiles serranos finamente picados
- 1/2 kg de camarón lavado, pelado y molido
- 2 jitomates grandes finamente picados
- Sal y pimienta al gusto

## Para el acabado

- Harina para extender
- 1 huevo para barnizar
- Mantequilla
- Ajonjolí al gusto

## Equipo

- Rodillo
- Carretilla para pizza
- Charola de aluminio
- 1 brocha angosta

## Manera de preparar:

1. *Realiza* una receta de pasta base siguiendo las instrucciones de la página 4.
2. *Acitrona* la cebolla y el chile. Enseguida, agrega el camarón, el jitomate y salpimenta. Cocina 2 minutos más, retira del fuego y deja enfriar.
3. *Extiende* la masa hasta lograr un rectángulo de 10 x 60 cm; hazlo sobre una mesa enharinada.
4. *Coloca* el relleno en la parte central, barniza con huevo el contorno, dobla uniendo los extremos largos y corta tramos de 8 cm.
5. *Coloca* las empanadas sobre la charola previamente engrasada y enharinada, barnízalas con huevo y espolvorea el ajonjolí.
6. *Hornea* a 180°C durante 25 minutos. Retíralas y deja enfriar.



# camarón

Rinde 12 piezas

Fuente: *Mexicana* • *Compartidos*





# Empanadas de calabaza

Rinde 6 piezas





### Ingredientes:

#### Para el relleno

- 3 kg de calabaza de castilla en trozos pequeños
- 5 conos de piloncillo
- 4 clavos de olor
- 3 rajas de canela
- 1 cucharada de anís
- Agua la necesaria

#### Para la pasta

- 250 gr de harina
- 1/4 de taza de azúcar
- 115 gr de manteca vegetal
- 1 cucharada de canela en polvo
- 1 cucharada de semilla de anís
- 1/4 de taza de refresco de cola

#### Para el acabado

- Harina para extender
- 1/4 de taza de agua
- Mantequilla

#### Equipo

- 1 cacerola con tapadera
- Rodillo
- 1 cortador de aluminio de 12 cm de diámetro
- Charola de aluminio



### Manera de preparar:

1. **Cubre** con agua todos los ingredientes del relleno y cuécelos a fuego medio, tapados. Cuando la calabaza esté suave, retira del fuego y reserva.
2. **Para** la pasta, realiza un arenado con la harina, el azúcar, la manteca, la canela y el anís. Enseguida, haz una fuente y agrega el refresco; intégre todo perfectamente hasta lograr una pasta maleable.
3. **Extiéndelo** hasta obtener 3 mm de grosor; hazlo sobre una mesa enharinada.
4. **Corta** círculos y extiéndelos hasta lograr óvalos.
5. **Colócales** al centro una cucharada del relleno, úntales un poco de agua por el contorno, dóblalos y presiona con una cuchara para sellarlos perfectamente.
6. **Distribúyelos** sobre la charola previamente engrasada y enharinada.
7. **Hornea** a 180°C durante 25 minutos. Retira y déjalas enfriar.

#### Tip

Junta los cortes de la pasta sobrante y extiéndela para formar más círculos.



### Tip

La manteca para elaborar estas empanadas deberá ser de cerdo.

### Ingredientes

#### Para la pasta

- 2 tazas de harina
- 1 cucharadita de sal
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 3 cucharadas de manteca de cerdo
- 100 ml de agua fría
- 1 huevo

#### Para el relleno

- 2 cucharadas de aceite
- 1 cebolla chica picada
- 2 chiles serranos picados
- 200 gr de falda de res cocida y en trozos pequeños
- Sal y pimienta al gusto
- 2 jitomates medianos sin semillas y picados
- 1 cucharadita de cilantro finamente picado

#### Para el acabado

- Harina para extender
- Mantequilla
- 1 huevo para barnizar

### Equipo

- 1 cortador metálico de 12 cm de diámetro
- 1 brocha angosta
- Charola de aluminio

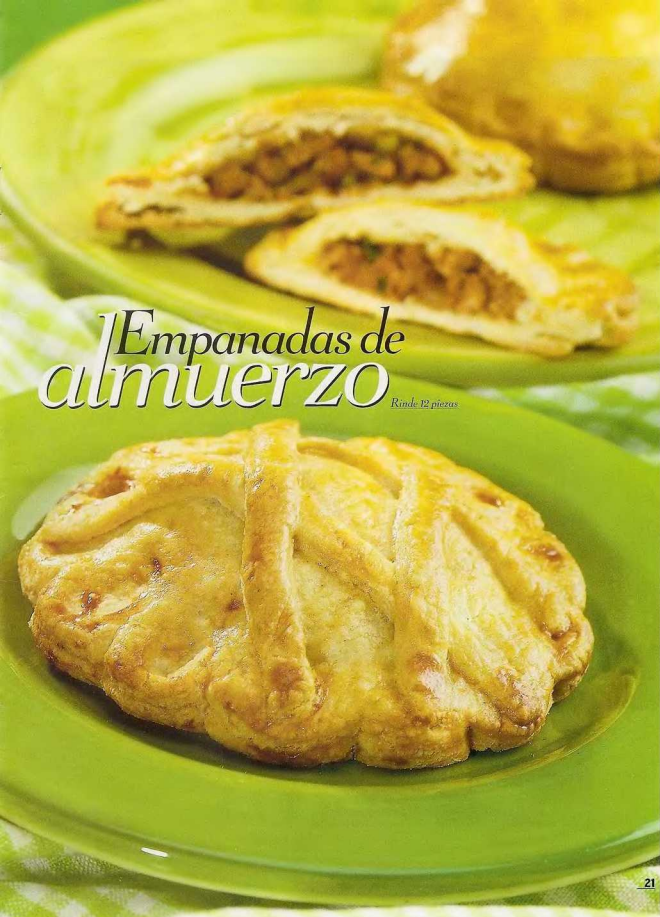


### Manera de preparar:

1. **Realiza** la pasta siguiendo el procedimiento de la página 4; utiliza los ingredientes de esta receta.
2. **Para** el relleno, acitróna la cebolla y los chiles; enseguida, agrega la carne y salpimienta. Incorpora el jitomate y el cilantro. Comprueba la sazón y cuando espese retira del fuego. Deja enfriar.
3. **Extiende** la pasta sobre una mesa enharinada y corta 24 círculos.
4. **Coloca** el relleno al centro de 12 círculos, úntales huevo en las orillas y cúbrelos con otro círculo.
5. **Presiona** los contornos con el dedo para sellarlos y darles forma ondulada.
6. **Coloca** las empanadas sobre la charola previamente engrasada y enharinada; cuida la distribución.
7. **Barniza** las superficies con huevo y colócales cuatro tiras de la misma pasta como decoración.
8. **Hornea** a 180°C durante 25 minutos. Retira y déjalas enfriar.

# Empanadas de almuerzo

Rinde 12 piezas





# Empanadas de **COCO**

Rinde 6 piezas





### Ingredientes:

#### Para la pasta

- 150 gr de harina
- 1 pizca de sal
- 1½ cucharadas de azúcar
- 70 gr de mantequilla
- 1 huevo
- ½ limón (el jugo y la ralladura)

#### Para el relleno

- 2 tazas de coco rallado tostado
- ½ taza de azúcar
- ½ taza de crema

#### Para el acabado

- Harina para extender
- 1 huevo para barnizar
- Mantequilla
- Azúcar para espolvorear

### Equipo

- Rodillo
- Carretilla para pizza
- 1 brocha angosta
- Charola de aluminio



### Tip

El coco rallado tostado lo puedes adquirir en tiendas de autoservicio y mercados.

### Manera de preparar:

1. **Realiza** la pasta base siguiendo el proceso de la página 4, utilizando los ingredientes de esta receta.
2. **Para** el relleno, mezcla 1½ tazas del coco junto con el azúcar y la crema. Reserva.
3. **Espolvorea** la harina sobre una mesa y extiende la pasta de 20 x 30 cm y de 3 mm de grosor.
4. **Corta** 6 cuadrados de 10 x 10 cm y barnízalos con el huevo.
5. **Colócalos** al centro el relleno, ciérralos en forma triangular y sella por las orillas perfectamente.
6. **Coloca** las empanadas sobre la charola previamente engrasada y enharinada; cuida la distribución.
7. **Barniza** la superficie nuevamente con huevo y espolvoréalas el coco restante.
8. **Hornéalas** a 180°C durante 25 minutos.
9. **Retíralas** de la charola y revuélcalas en el azúcar.



# Tablas de conversiones

## Conversiones sólidas en peso

| Ingredientes       | Tazas    | Métrico | Imperial               |
|--------------------|----------|---------|------------------------|
| <i>Harina</i>      | 1/4 taza | 30 gr   | 1 onza                 |
|                    | 1/3 taza | 45 gr   | 1 1/2 onzas            |
|                    | 1/2 taza | 60 gr   | 2 onzas                |
|                    | 2/3 taza | 90 gr   | 3 onzas                |
|                    | 3/4 taza | 100 gr  | 3 1/4 onzas            |
|                    | 1 taza   | 125 gr  | 4 onzas (1/4 de libra) |
|                    | 2 tazas  | 250 gr  | 8 onzas                |
| <i>Azúcar</i>      | 1/4 taza | 50 gr   | 1 3/4 onzas            |
|                    | 1/3 taza | 60 gr   | 2 onzas                |
|                    | 1/2 taza | 100 gr  | 3 1/4 onzas            |
|                    | 2/3 taza | 135 gr  | 4 1/2 onzas            |
|                    | 3/4 taza | 150 gr  | 5 onzas                |
|                    | 1 taza   | 200 gr  | 6 1/2 onzas            |
| <i>Mantequilla</i> | 1/4 taza | 60 gr   | 2 onzas                |
|                    | 1/3 taza | 75 gr   | 2 1/2 onzas            |
|                    | 2/3 taza | 150 gr  | 5 onzas                |
|                    | 3/4 taza | 180 gr  | 6 onzas                |
|                    | 1 taza   | 200 gr  | 6 1/2 onzas            |

## Grados para hornear

### Centígrados Farenheit

|     |     |
|-----|-----|
| 250 | 482 |
| 225 | 437 |
| 220 | 428 |
| 215 | 419 |
| 210 | 410 |
| 200 | 392 |
| 190 | 374 |
| 180 | 356 |
| 170 | 338 |
| 165 | 329 |
| 160 | 320 |
| 150 | 302 |
| 140 | 284 |
| 130 | 266 |

## Tabla de conversiones líquidas

| Tazas        | Métrico | Imperial       |
|--------------|---------|----------------|
| 2 cucharadas | 30 ml   | 1 fl onza      |
| 1/4 taza     | 60 ml   | 2 fl onzas     |
| 1/3 taza     | 70 ml   | 2 1/2 fl onzas |
| 1/2 taza     | 125 ml  | 4 fl onzas     |
| 2/3 taza     | 150 ml  | 5 fl onzas     |
| 3/4 taza     | 175 ml  | 6 fl onzas     |
| 1 taza       | 250 ml  | 8 fl onzas     |
| 1 1/2 tazas  | 375 ml  | 12 fl onzas    |
| 2 tazas      | 500 ml  | 16 fl onzas    |
| 2 1/2 tazas  | 600 ml  | 20 fl onzas    |
| 3 tazas      | 750 ml  | 25 fl onzas    |
| 4 tazas      | 1 litro | 33 fl onzas    |

## Tabla de medidas

|               |             |
|---------------|-------------|
| 1 cucharada   | 15 ml       |
| 1 cucharadita | 5 ml        |
| 1 taza        | 250 ml      |
| 1 onza        | 28 gr       |
| 1 fl onza     | 30 ml       |
| 1 libra       | 454 gr      |
| 1 galón       | 3.75 litros |

## Medidas y Equivalencias

| Producto       | 1 cda | 1 cda | 1 taza |
|----------------|-------|-------|--------|
| Levadura       | 5 gr  | 3 gr  | 120 gr |
| Sal            | 12 gr | 5 gr  | 260 gr |
| Cocoa          | 3 gr  | 1 gr  | 75 gr  |
| Leche en polvo | 3 gr  | 1 gr  | 100 gr |

### Consejos importantes

Al momento de medir en tazas procura que el producto no se asiente, déjalo así y no rellenes nuevamente.

Al momento de medir cucharadas o cucharaditas ambas deben ser rasas.

# Cocina Mexicana

Una nueva  
y gran  
revista  
con exquisitos  
platillos y  
todo el sazón  
de nuestro  
México.

Busca tu revista  
cada 14 días a partir  
de la primera semana  
de mayo en tu puesto  
de revistas



le  
RADAR  
EDITORES

Con el #1 GRATIS el #2